

SANKT ANTONIUS

POST

Sommer 2018



Das Magazin der INCURA GmbH

Sankt Antonius
Frühlingsfest

Sankt Antonius
**So schön kann
Ehrenamt sein**

Gut zu wissen
**Singen kennt
kein Alter**



Die
Ostfriesischen
Inseln

Wohnen. Leben. Sicherheit. www.incura.de

INCURA®

Die Ostfriesischen Inseln

Sieben schöne Schwestern

Die sieben Ostfriesischen Inseln Wangerooge, Spiekeroog, Langeoog, Baltrum, Norderney, Juist und Borkum bieten unendliche Weiten, naturbelassene Landschaften, eine frische Brise und herrlich lange Strände. Dabei hat jede Insel ihr ganz eigenes Gesicht und ihren ganz speziellen Charakter – von idyllisch-ruhig über turbulent oder sportlich-aktiv bis allergiefreundlich ist alles dabei. Besonders beliebt sind die Inseln, auf denen Autos verboten sind und das Inselleben durch Fahrräder, Spaziergänger, Pferdedroschken oder eine Inselbahn geprägt ist. Wenn dann noch der Handyempfang schlecht ist, steht der puren Entspannung nichts mehr im Weg.



IMPRESSUM

Herausgeber:
INCURA GmbH · Zeppelinstr. 4-8 · 50667 Köln
Tel. 0221 280698-0 · info@incura.de
www.incura.de

Geschäftsführer:
Andreas Bochem

Haftungshinweis:
Trotz sorgfältiger Kontrolle übernimmt die INCURA GmbH keine Haftung für die Inhalte der Zeitschrift. Alle Texte und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

Gestaltung & Realisierung:
SCHOENE AUSSICHT Ideenagentur GmbH
Am Alten Schlachthof 4 · 36037 Fulda
Tel. 0661 580038-0 · www.ideenagentur.de

Druck:
JD Druck GmbH
Umgehungsstr. 39 · 36341 Lauterbach
Tel. 06641 9625-0 · www.jd-druck.de

Fotos & Illustrationen:
istock.com



Liebe Leser(innen),

auch in diesem Jahr haben wir wieder einen Schmankerlabend für unsere Bewohner veranstaltet. Die Teilnehmer wurden in der schön eingedeckten Kapelle kulinarisch verwöhnt. Hier gilt unser besonderer Dank dem Team unserer Küche um Herrn Stein und Herrn Chmiel, ohne deren Engagement solche besonderen Aktionen nicht möglich wären.

Endlich hat nun der Sommer Einzug gehalten. Das Leben in unserer Residenz verlagert sich nun immer mehr in unseren schönen Innenhof, rund um den Brunnen. Natürlich lässt da auch das traditionelle Sommerfest nicht lange auf sich warten.

Am Samstag, den 25.8. laden wir Bewohner, Angehörige und die Menschen aus der Umgebung zu uns ein und hoffen, dass wir gemeinsam ein paar schöne Stunden verbringen können. Das Motto ist in diesem Jahr der Wilde Westen und wir haben für unsere Gäste ein abwechslungsreiches Programm mit einigen Überraschungen vorbereitet. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie an diesem Tag unserer Einladung folgen würden.

Einen weiteren Termin, den Sie sich gerne vormerken können, ist Samstag, der 21.7., an dem wir das Stadtgartenfest, das wir bereits zum fünften Mal mit den Kolleginnen und Kollegen der anderen Senioreneinrichtungen im Linzer Stadtgarten durchführen werden.

Ich möchte diesmal mein Grußwort mit einem Gedicht des Lyrikers Hans-Christoph Neuert schließen:

Sommer

*Sanfter Wind – Tanz in den Zweigen,
Sonnenspiele verzaubern den Wald.
Grünes Leuchten!
Bäume in Frieden!
So unschuldig ist es sonst nie –
unser Land*

Mit herzlichen Grüßen
Ihr Sven Lefkowitz, Einrichtungsleiter



Frühlingsfest

An einem schönen Frühlingstag im April lud die Senioren-Residenz Sankt Antonius zum Frühlingsfest in die historische Kapelle der Einrichtung ein. Der Einladung wurde zahlreich gefolgt und so füllte sich der Raum sehr schnell mit Bewohnerinnen und Bewohnern, den Gästen der Tagespflege sowie weiteren Besuchern aus Linz und Umgebung. Der sonnige Nachmittag wurde von Harald Loeb auf dem Keyboard begleitet und so mancher schwang bei flotten

Liedern das Tanzbein. Bei frischer Erdbeertorte und einer selbstgemachten Maibowle spielte auch die ganz neu gegründete Akkordzithergruppe, bestehend aus Mitarbeitern der Senioren-Residenz Sankt Antonius und Freunden, mit ihren Instrumenten Lieder zum Mitsingen und Schunkeln vor. Zu guter Letzt waren sich alle Bewohner einig, dass es wieder ein besonders schönes Fest war und man es jederzeit gerne wiederholen könne.



				1	
1				5	4
		4		2	
	2		4		
6	3				5
	4				

Suchen & gewinnen

Auch in diesem Heft bringen die kleinen Vögelchen wieder Gewinne. Wie viele Vögel zählen Sie?

Haben Sie alle Vögelchen gefunden?

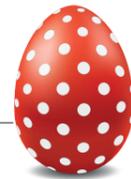
Dann senden Sie uns eine Postkarte an:
INCURA GmbH, Zeppelinstr. 4-8, 50667 Köln
oder geben Sie Ihre Postkarte an der Rezeption ab. Einsendeschluss ist der 30.6.2018. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine persönliche Überraschung. Wir wünschen viel Spaß!

Juni

6.6.18	Mittwoch	10.30 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Kapelle
9.6.18	Samstag	16 Uhr	SCHÜLERKONZERT der Musikschule Klangwerk	Kapelle
12.6.18	Dienstag	16 Uhr	WERKEN UND BASTELN	WB 1
14.6.18	Donnerstag	10.30 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Kapelle
21.6.18	Donnerstag	10 Uhr	FREIKIRCHLICHER GOTTESDIENST	WB 1
		10.45 Uhr	FREIKIRCHLICHER GOTTESDIENST	WB 3
		14.30 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gemeinsamer Nachmittag für Linzer Senioren	Kapelle
26.6.18	Dienstag	16 Uhr	WERKEN UND BASTELN	WB 1
27.6.18	Mittwoch	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH der Bewohner	Kapelle

Ostereier färben & Eierlauf

Bunt her ging es am Gründonnerstag auf den Wohnbereichen der Senioren-Residenz Sankt Antonius. Die Bewohner färbten emsig die Eier für Ostersonntag und Erinnerungen an frühere Zeiten wurden geweckt. Wie man mit den Kindern gemeinsam Eier gefärbt hat oder auch die Ostereiersuche am Ostersonntag, das „Eierditschen“ am Frühstückstisch und noch viele weitere Geschichten sorgten für einen schönen Nachmittag. Der Wohnbereich „Sonnenhof“ dachte sich etwas Besonderes aus und veranstaltete mit viel Gelächter einen Eierlaufwettbewerb. Gott sei Dank kamen alle Teilnehmer sicher ins Ziel und die Eier wurden anschließend gemeinsam verspeist.



Schmankerlabend

Auch in diesem Jahr feierten die Bewohner und Bewohnerinnen und Mieter unter dem Motto „Bayrischer Abend“ in der historischen Kapelle der Senioren-Residenz Sankt Antonius in Linz/Rhein. Die Küchencrew unter der Leitung von Patrick Stein präsentierte hausgemachte bayerische Spezialitäten nach Wunsch zu alkoholfreiem Bier oder einem Gläschen Wein. Bei Haxen, Wellfleisch, Bratwürsten, Leberkäse, Knödeln, Rot-/Weißkraut und Bretzeln ließen es sich alle Gäste gut gehen. Für die liebevolle Betreuung der Bewohner waren der Betreuungsdienst sowie die Mitarbeiter der Pflege und Hauswirtschaft zuständig und ermöglichten so einen gelungenen Abend. Für alle Naschkatzen wurde noch zum Abschluss eine Schwarzwaldcreme gereicht.

Alles in allem war dies ein schöner und gelungener Abend, der den Bewohnerinnen und Bewohnern noch lange in Erinnerung bleiben wird. Ein Dankeschön auch an dieser Stelle an die Küchencrew, die diesen schönen Abend ermöglichte.



So schön kann Ehrenamt sein

Seit einem halben Jahr heißt es auf dem Sonnenhof „Wer will fleißige Handwerker sehen, der muss auf den Sonnenhof gehen“. Dort treffen sich jeden Dienstag um 16 Uhr interessierte Bewohner mit Joachim Wagner, einem ehrenamtlichen Mitarbeiter der Senioren-Residenz Sankt Antonius. Herr Wagner bringt sehr viel Engagement und Ideen mit, die er dann gemeinsam mit den Bewohnern umsetzt. Seien es die wunderschönen Vogelhäuser, die selbstgebauten Rehe oder zur Osterzeit die Holzosterhasen. Im Werkraum wird gehämmert, gebohrt, geschraubt und nicht zuletzt auch viel gelacht, was natürlich gerade auf dem behüteten Bereich viele Bewohner anlockt. Zwischen Herrn Wagner und den Bewohnern, hat sich mit der Zeit eine gute Vertrauensbasis aufgebaut, was für beide Seiten sehr schön und auch wichtig ist. Wir hoffen im Namen unserer Bewohner dass noch mehr Menschen ihre Aufgabe im ehrenamtlichen Bereich finden, um anderen eine Freude zu machen.



10-jähriges Jubiläum

Seit nun mehr zehn Jahren arbeitet Christina Voigt in der Senioren-Residenz Sankt Antonius in Linz am Rhein. Einrichtungsleiter Sven Lefkowitz gratulierte Christina Voigt und bedankte sich für den vollen Einsatz in dieser Zeit und wünschte ihr, dass noch etliche Jahre hinzukommen.



Gesucht *und* gewonnen

Wir gratulieren recht herzlich Frau Marnette als Gewinnerin des Preisausschreibens der Frühlingausgabe der Sankt Antonius Post. Die Gewinnerin freute sich über einen Einkaufsgutschein. Wie man sieht, lohnt sich das Suchen und Zählen der Vögel.

Praktikantinnen *aus Schweden zu Gast in der Senioren-Residenz*

Drei Wochen lang arbeiteten Jonna Ivansson, Carolina Magnusson und Miy Lisa Westerlund im Rahmen ihrer Ausbildung im Gesundheitswesen in der Senioren-Residenz Sankt Antonius. Initiiert wurde das Praktikum durch das europäische Bildungs- und Förderprogramm ERASMUS. Die jungen Damen brachten viel Humor mit, schon alleine, um die Sprachbarrieren zu überbrücken. Für die Mitarbeiter ebenso wie für die Bewohner, die Englisch gelernt haben, war es ein Wiederhervor-

holen der Sprachkenntnisse. Alle anderen ließen, wie man so schön sagt: „Ihre Hände und Füße sprechen“, was zu mancher Anekdote führte. Eins ist allemal klar, frischer Wind tut allen gut. Darum möchten sich die Bewohner ebenso wie die Mitarbeiter der Senioren-Residenz Sankt Antonius herzlich für die gemeinsame Zeit bedanken und wünschen den drei jungen Damen viel Erfolg bei ihrem weiterem Werdegang.



Juli

4.7.18	Mittwoch	10.30 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Kapelle
10.7.18	Dienstag	16 Uhr	WERKEN UND BASTELN	WB 1
19.7.18	Donnerstag	10 Uhr	FREIKIRCHLICHER GOTTESDIENST	WB 1
		10.45 Uhr	FREIKIRCHLICHER GOTTESDIENST	WB 3
		14.30 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gemeinsamer Nachmittag für Linzer Senioren	Kapelle
24.7.18	Dienstag	16 Uhr	WERKEN UND BASTELN	WB 1
25.7.18	Mittwoch	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH der Bewohner	Kapelle

Es ist geschafft

Marilena Stanciu hat erfolgreich ihre Weiterbildung zur Praxisanleiterin bestanden. Voller Stolz überreichte Einrichtungsleiter Sven Lefkowitz einen Blumenstrauß und gratulierte. Er wünschte ihr viel Erfolg und ein einfühlsames „Händchen“ in der neuen verantwortungsvollen Aufgabe.





Aktivierungstage

Zwei Schülerinnen der Alice-Salomon-Schule, Frau Caroline Trembatsch und Asnath Kuangu-Ndubu, boten in der Senioren-Residenz Sankt Antonius auf dem Wohnbereich 4 und dem Wohnbereich 2 an unterschiedlichen Tagen einen Aktivierungstag an. Die Bewohner des Wohnbereichs 4 stellten gemeinsam mit Caroline Trembatsch passend zum Thema „Weiberfastnacht“ einen Nudelsalat, Frikadellen und Obstsalat her. Die Schülerin bezog die Bewohnerinnen mit ein und ließ diese Fleischwurst, Zwiebeln und Gewürzgurken für den Nudelsalat schneiden, ebenso Äpfel, Birnen und Trauben für den Obstsalat. Passend für diesen Tag war der Speiseraum karnevalistisch geschmückt und es wurde Karnevalsmusik aufgelegt. Die Bewohner waren sehr konzentriert bei der Zubereitung und hatten

nachher große Freude am Verzehr der selbstgemachten Speisen. Asnath Kuangu-Ndubu bot das Thema „Valentinstag“ auf dem Wohnbereich 2 an. Sie stellte gemeinsam mit den Bewohnern einen Teig für Schokoladen-Muffins her und als diese im Backofen backten wurde noch eine passende Dekoration hergerichtet. Die Bewohner waren mit sichtlichem Spaß bei der Sache und halfen sehr gern beim Schneiden und Kleben der Dekoration. Die Bewohner hoffen, dass solche Aktivierungstage weiterhin angeboten werden.

Es gilt ein kleines Dankeschön zu sagen – den beiden Schülerinnen für die schönen Vormittage, die sie gestaltet haben und mit denen sie den Bewohnern ein Lächeln aufs Gesicht gezaubert haben.



Karnevalsfeier

Hoch her ging es bei der Karnevalsfeier in der Senioren-Residenz Sankt Antonius in Linz am Rhein. Genau eine Woche vor Weiberfastnacht hielt die Einrichtung ihre traditionelle Karnevalsfeier ab. Um 15 Uhr wurden die Bewohnerinnen und Bewohner durch den Einrichtungsleiter Sven Lefkowitz begrüßt und zu Kaffee und Kuchen eingeladen. Sven Lefkowitz stellte die Linzer Möhnen, Luzie Adams und Alicia Klein vor, die durch das gesamte Programm führten, ebenso Jens Hauschild, der die Veranstaltung musikalisch begleitete.

Kurz nach dem Kaffee zog zum ersten Mal in der Linzer Karnevalsgeschichte eine Prinzessin in die gut besuchte Kapelle ein. Prinzessin Yvonne I. vom Rennerberger Tal mit ihren Adjutanten Thilo Henze und

Oliver Brockhaus. Sie begeisterte die Zuschauer mit ihrem selbstgesungenen Prinzessinnenlied „Raderdoll“ und beim Refrain gingen die Arme nach oben und die ganze Kapelle sang mit. Prinzessin Yvonne I. ließ es sich nicht nehmen und verteilte mit ihrem Gefolge Tulpen und natürlich gab es auch die heiß begehrten Prinzennadeln.

Derweilen ging es auf der Bühne schon weiter mit den Magic Majorettes, gefolgt von den Kleinen der Strünzer Pänz, den Ohlenberger Tanzflöhen mit der Kinderprinzessin Helena I. von Pinsel und Schere und ihrer Hofdame Sarah, die auch beide mittanzten. Weiter ging es mit den Mini-Husaren, den Großen der Strünzer Pänz, der Kasbacher Prinzengarde und zu guter

August

1.8.18	Mittwoch	10.30 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Kapelle
3.8.18	Freitag	17 Uhr	GRILLABEND	Innenhof
7.8.18	Dienstag	15 Uhr	TANZTEE	Kapelle
9.8.18	Donnerstag	10.30 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Kapelle
14.8.18	Dienstag	16 Uhr	WERKEN UND BASTELN	WB 1
16.8.18	Donnerstag	10 Uhr	FREIKIRCHLICHER GOTTESDIENST	WB 1
		10.45 Uhr	FREIKIRCHLICHER GOTTESDIENST	WB 3
		14.30 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gemeinsamer Nachmittag für Linzer Senioren	Kapelle
22.8.18	Mittwoch	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH der Bewohner	Kapelle
25.8.18	Samstag	15 Uhr	SOMMERFEST	Innenhof
28.8.18	Dienstag	16 Uhr	WERKEN UND BASTELN	WB 1
29.8.18	Mittwoch	15.30 Uhr	EHRENAMTS-KAFFEE	Cafeteria



Letzt ein Auftritt des Betreuungsdienstes, der eine Schlagerparade darbot. Zwischendurch wurde geschunkelt, gesungen und gelacht. Die Stimmung war sehr ausgelassen und die Bewohner waren sich einig, dass es eine sehr schöne Feier war, und hoffen auch nächstes Jahr wieder so viele Akteure anzutreffen, um gemeinsam die 5. Jahreszeit zu feiern.



Unsere Wochenangebote



MONTAG	9.45 Uhr	GEDÄCHTNISTRAINING	Gymnastikraum
	10.45 Uhr	WIR SPIELEN UKULELE	Gymnastikraum
	14 Uhr	STURZPROPHYLAXE für den Sonnenhof	Gymnastikraum
	16 Uhr	KEGELN	Kapelle/Gym.
DIENSTAG	10.30 Uhr	STURZPROPHYLAXE	Gymnastikraum
	15.45 Uhr	SPIEL & SPASS	alle Wohnbereiche
MITTWOCH	10.30 Uhr	STURZPROPHYLAXE für den Sonnenhof	Gymnastikraum
	16 Uhr	SINGEN mit Keyboard	Kapelle
DONNERSTAG	10.30 Uhr	STURZPROPHYLAXE	Gymnastikraum
	16 Uhr	GYMNASTIK	alle Wohnbereiche
FREITAG	10.30 Uhr	TROMMELN auf Gymnastikbällen	Gymnastikraum
	15.45 Uhr	WORTSPIELE, SPRICHWÖRTER	alle Wohnbereiche
SAMSTAG	15.45 Uhr	ANGEBOT MIT WECHSELNDEN THEMEN	alle Wohnbereiche
SONNTAG	15.45 Uhr	ANGEBOT MIT WECHSELNDEN THEMEN	alle Wohnbereiche
TÄGLICH		EINZELBETREUUNG	alle Wohnbereiche

Rosenmontagszug

Eine kleine Gruppe von Bewohnerinnen der Senioren-Residenz Sankt Antonius Linz/Rhein wurde von den Betreuungsdienstmitarbeitern bei schönem Wetter zum traditionellen Rosenmontagszug begleitet.

Bei Kaffee, Tee und Kuchen genossen die Bewohnerinnen die karnevalistische Stimmung, zwischen zahlreichen kostümierten Närrinnen und Narren aus der Nachbarschaft. Die Bewohnerinnen hatten sehr viel Spaß bei dem Umzug und sangen viele Karnevalslieder mit und es wurden Bonbons, Schokolade, Popcorn, Gummibärchen und Chips gesammelt.

Zu guter Letzt waren sich alle Bewohnerinnen einig, dass es ein sehr schöner Karnevalszug war, und hoffen, dass sie gemeinsam im nächsten Jahr den Rosenmontagszug wieder ansehen können.



Singen kennt kein Alter

Singen macht Freude und ist gesund – ob unter der Dusche, im Singkreis oder im Chor. Auf der Spur der heilenden Kraft des Singens.

Haben Sie heute schon gesungen? Wir meinen keine musikalischen Spitzenleistungen, sondern vielleicht ein kleines Liedchen nach dem Aufwachen oder eine Melodie beim Spaziergehen. Singen nämlich kann wunderbar bereichernd und wohltuend sein – es hebt die Stimmung, lässt Beschwerden vergessen und erinnert uns möglicherweise an schöne Erlebnisse. Für manche Menschen ist das Singen mit einer tiefen Spiritualität verbunden, etwa bei Kirchenliedern oder Mantren. Andere Lieder erinnern an die Kindheit oder an die Zeit, als die eigenen Kinder klein waren. Manche Senioren singen einfach aus Spaß an der Freude und genießen die Leichtigkeit, die sich beim Singen ganz automatisch einstellt.

Forscher haben herausgefunden, dass das Singen die Vitalität, Widerstandskraft, geistige Gesundheit und sogar das Selbstbewusstsein fördert. Und: Es fordert den ganzen Körper, etwa durch das tiefe Atmen und die aufrechte Haltung. Wissenschaftler von der Johann-Wolfgang-Goethe-Universität in Frankfurt haben kürzlich entdeckt, dass Singen sogar vor Erkältungen schützt und das Immunsystem stärkt. Schon rund zehn Minuten sollen ausreichen, um das Herz-Kreislauf-System auf Trab zu bringen.

Wer regelmäßig und öfter mal neue Lieder singt, fordert sich auch noch geistig heraus und trainiert sein Gedächtnis.

Gleichzeitig sorgt die Musik selbst für eine Expor-tion Endorphine. Das gilt vor allem für das Singen in der Gemeinschaft, denn der Gesang ist auch eine wunderbare Form der Geselligkeit und Kommunikation. Wenn im Singkreis oder Chor die eigene Stimme mit den Stimmen anderer Menschen verschmilzt, kann das sehr beflügelnd sein.

Sie sehen: Es gibt viele gute Gründe, mal wieder ein Lied anzustimmen. Dabei braucht es anfangs vielleicht etwas Mut. Denn im Laufe des Lebens verändert sich die Stimme, manchmal wird sie schwächer oder rauer. Doch weil es nicht darum geht, perfekt, sondern glücklich zu sein, freuen wir uns ganz besonders, wenn künftig aus vielen Gruppen- und Bewohner-zimmern Lieder erklingen.





Lust auf Ehrenamt?

Gerne lassen wir Ihnen unverbindlich unser Informationsmaterial hierzu zukommen. Wenden Sie sich per Telefon, Brief oder E-Mail direkt an die entsprechende Einrichtung. Wir freuen uns auf Sie!

IN CURA
 SANKT ANTONIUS
 SENIOREN-RESIDENZ



**Kurpark-Residenz
 Bad Salzschlirf GmbH**
 Im Kurpark 2
 36364 Bad Salzschlirf
 Tel. 06648/9111-0
 info@kurparkresidenz.
 incurade



**Senioren-Residenz
 Weinheim GmbH**
 Sankt Barbara
 Am Schlossberg 12
 69469 Weinheim
 Tel. 06201/7205-400
 info@stbarbara.incurade



**Senioren-Residenz
 Linz GmbH**
 Sankt Antonius
 Am Konvikt 6-8
 53545 Linz am Rhein
 Tel. 02644/944-0
 info@stantonius.incurade



**Seniorenheim Parkhöhe
 Lindenfels GmbH**
 Freisenheinerstr. 9
 64678 Lindenfels
 Tel. 06255/9605-0
 info@parkhoehe.incurade



**Senioren-Residenz
 Schifferstadt GmbH**
 Sankt Johannes
 Hans-Purmann-Str. 31
 67105 Schifferstadt
 Tel. 06235/4930-0
 info@stjohannes.incurade



**Wohnpark Kranichstein
 Betriebsgesellschaft mbH**
 Borsdorffstraße 40
 64289 Darmstadt
 Tel. 06151/739-0
 info@wohnpark-
 kranichstein.incurade



**Senioren-Residenz
 Dudenhofen GmbH**
 Sankt Sebastian
 Speyerer Straße 4
 67373 Dudenhofen
 Tel. 06232/9008-0
 info@stsebastian.incurade



**Senioren-Residenz
 Heppenheim GmbH**
 Sankt Katharina
 Lorsche Str. 1-3
 64646 Heppenheim
 Tel. 06252/9599-500
 info@stkatharina.incurade



www.incurade